

APARELL CIRCULATORI. QUÈ EN SAPS?

Com tots sabem el color de la nostra sang és de color vermell, però de vegades aquesta sang és d'una tonalitat més fosca o més clara.



1.-Per quin motiu creus que la sang procedent de les venes és més fosca que la procedent de les artèries. Respon si o no

- ☐ Perquè té més glòbuls vermells que blancs.
- ☐ Perquè conté molt de diòxid de carboni.
- ☐ Perquè conté molt oxigen.
- ☐ Perquè el nostre cos fa temps que no l'ha eliminat i per tant no s'ha renovat.

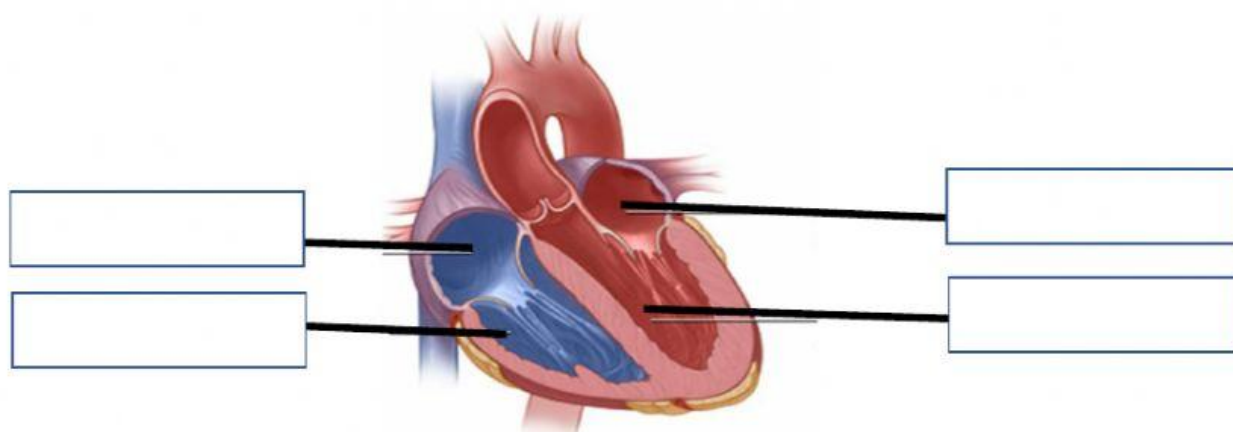
2.- La nostra sang està formada per diverses cèl·lules sanguínies , entre elles les plaquetes. Què passaria si tinguéssim un nivell baix de plaquetes? Respon si o no

- ☐ La sang no podria coagular-se com caldria i hi hauria molt risc de sagnar excessiu.
- ☐ La sang no circula per les artèries i les venes.
- ☐ La sang no podria coagular-se com caldria i ens dessagnarien totalment en fer-nos una petita ferida.
- ☐ No passaria res, ja que els glòbuls vermells i blancs fan el seu treball.

3.- Mohamed s'ha caigut de la tirolina. S'ha fet una ferida en la cama i ha començat a sagnar. Ajuda'l i escriu quin de les següents accions ha de fer primer, segon, tercer i quart ordre per poder curar una ferida que sagna. (1,2,3 o 4)

- ☐ Netejar la ferida amb una gasa i una solució antisèptica
- ☐ Rentar la ferida.
- ☐ Aplicar pressió a la ferida fins que deixi de sagnar.
- ☐ Tapar la ferida amb una gasa estèril i esparadrap.

4. Completa:



5. Relaciona:

Aurícules	El cor s'eixampla i s'omple de sang que prové de les venes.
Cor:	El cor es contreu i expulsa la sang cap a les artèries.
Ventricles	Està format per teixit muscular i té una grandària d'un puny.
Diàstole	Quan es contrauen impulsen la sang als ventricles.
Sístole	Quan es contreuen i expulsen la sang del cor.

TAULA DE BATECS NORMALS D'ACORD A L'EDAT

EDAT	BATECS PER MINUT
Nadons de 0 a 1 mes d'edat	70 a 190 batecs per minut.
Nadons de 1 a 11 mesos d'edat	80 a 160 batecs per minut.
Nens de 1 a 2 anys d'edat	80 a 130 batecs per minut.
Nens de 3 a 4 anys d'edat	80 a 120 batecs per minut
Nens de 5 a 6 anys d'edat	75 a 115 batecs per minut
Nens de 7 a 9 anys d'edat	70 a 110 batecs per minut
Nens de 10 anys o més	60 a 100 batecs per minut

6. Actualment molts de vosaltres teniu 10 anys i per tant el vostre cor batega entre 60 i 100 vegades per minut, però no sempre ha estat així. Per quina raó batega més vegades el cor quan som més petits? Respon si o no

- ☐ Perquè quan som petits passem més temps en repòs sense fer exercici.
- ☐ Perquè tenen menys quantitat de sang al seu cos.
- ☐ Perquè tenen el cor immadur, i necessita agafar oxigen més vegades.
- ☐ Perquè tenen el cor molt petit.

Després de parlar a la classe sobre els hàbits saludables, en Marcel ha començat a fer atletisme. Entrena tres dies a la setmana i li encanta.

Entrenant, en Marcel corre 1.000 metres llisos en 5 minuts. Després, es recupera caminant durant 2 minuts i fa estiraments durant 3 minuts.

El gràfic següent mostra les seves pulsacions per minut (freqüència cardíaca) durant l'entrenament:



7. Quina és la freqüència cardíaca d'en Marcel després de córrer els 1.000 metres llisos? Respon si o no

- ☐ 60 pulsacions per minut.
- ☐ 70 pulsacions per minut.
- ☒ 90 pulsacions per minut.
- ☐ 160 pulsacions per minut.

8. Quina és la freqüència cardíaca d'en Marcel en acabar els estiraments? Respon si o no

- ☐ 60 pulsacions per minut.
- ☒ 70 pulsacions per minut.
- ☐ 90 pulsacions per minut.
- ☐ 160 pulsacions per minut.

9. El cor batega més ràpidament durant l'esforç físic, ja que les cèl·lules musculars han d'obtenir més energia i necessiten... Respon si o no

- ☐ menys oxigen.
- ☐ més diòxid de carboni.
- ☐ més nutrients i més oxigen.
- ☐ substàncies de rebuig.

HOMES: VALORS DE REFERÈNCIA PULSACIONS EN REPÒS PER MINUT

Edat	Inadequat	Normal	Bo	Excel·lent
20 - 29	86 o més	70 - 84	62 - 68	60 o menys
30 - 39	86 o més	72 - 84	64 - 70	62 o menys
40 - 49	90 o més	74 - 88	66 - 72	64 o menys
50 o més	90 o més	76 - 88	68 - 74	66 o menys

DONES: VALORS DE REFERÈNCIA PULSACIONS EN REPÒS PER MINUT

Edat	Inadequat	Normal	Bo	Excel·lent
20 - 29	96 o més	78 - 94	72 - 76	70 o menys
30 - 39	98 o més	80 - 96	72 - 78	70 o menys
40 - 49	100 o més	80 - 98	74 - 78	72 o menys
50 o més	104 o més	84 - 102	76 - 82	74 o menys

10. Digues si són veritables (V) o falses (F) les següents afirmacions

- ☐ Els moviments del cor s'anomenen batecs.
- ☐ L'aparell circulatori està format pel cor, els vasos sanguinis i la sang
- ☐ Practicar esport no ajuda a reduir el nombre de batecs.
- ☐ Al circuit pulmonar la sang surt del cor i es distribueix per tot el cos
- ☐ La Trombosis és l'obstrucció d'un vas generalment a causa d'un coàgul de sang.
- ☐ La Taquicàrdia es produeix quan tenim menys de 50 pulsacions per minut.
- ☐ El cor té dues cavitats el ventricle i l'aurícula. Els capil·lars uneixen el final de les artèries amb el principi de les venes.

11. Completa l'esquema arrossegant les següents paraules:

SANG

COR

PLASMA

VASOS SANGUINIS

Venes

Artèries

Plaquetes

CÈL·LULES SANGUÍNIES

Sístole

Diàstole

Glòbuls vermells

Glòbuls blancs

Capil·lars

Aurícula dreta

Ventriple dret

Aurícula esquerra

Ventriple esquerra

